

## TAFAKKUR DIBULAN RAMADLAN

Oleh : Drs. H. Asymuni A. Rahman

Dalam puasa Ramadhan kita diberi kesempatan yang seluas-luasnya untuk mendapatkan kebajikan dengan berbagai kegiatan, diantaranya ber'tikaf dimasjid, untuk special meletakkan rohani dan jasmani kita dimasjid tempat sujud dengan maksud taqarrub mendekatkan diri kita pada Tuhan, dengan sembahyang, membaca tahlil, tasbih, tahmid tidak pula dilupakan membaca Al-Qur'an dengan difikirkan arti dan maksudnya; selanjutnya kita teruskan dengan berfikir secara abstrak mengenal alam semesta ciptaan Tuhan Rabbul 'Alamien, sehingga dengan demikian akan mengenal kebesaran Tuhan yang akan menambah keimanan kita. Inilah barengkali yang dimaksud tafakkur sebagian dari anjuran agama kita, khususnya dalam bulan Ramadhan, khususnya lagi pada waktu kita ber'tikaf.

Barangkali itu juga termasuk dari pada yang dimaksud oleh Firman Tuhan yang tersebut pada Surat Ali Imran ayat 190 — 192 yang artinya sbb :

"Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda—tanda bagi orang yang berakal.

Yaitu orang yang mengingat Allah sambil berdiri dan duduk dan dalam keadaan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata) : „Ya Tuhan kami, tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia—sia, Maha Suci Engkau, maka perhatikanlah kami dari siksa neraka“.

Dengan melihat pengalaman masa yang lampau orang akan bertambah pengetahuannya, dan dari orang selalu ingat dan menyebut asma Allah akan menambah cinta pada Tuhan dan hasil dari tafakkur akan menambah khauf, khawatir akan kurang sempurna amal perbuatannya dibandingkan dengan ni'mat yang diterimanya,

Secara umum, tafakkur itu harus mengingat 2 hal :

a. Mengadakan konsentrasi. Konsentrasi adalah mengadakan pemusatan pemikiran terhadap sesuatu hal itu dengan mengenyampingkan hal—hal lain yang tidak ada hubungannya dengan itu. Berarti dalam tafakkur itu kita harus mengadakan konsentrasi tentang kedudukan kita sebagai makhluk Tuhan yang kecil ini dibandingkan dengan kekuasaan Tuhan dan ni'mat yang diberikan kepada kita yang tercurah tanpa batas yang sungguh tidak bisa diimbangi hanya dengan ibadat kita yang sedikit.

Selanjutnya dalam mengadakan konsentrasi ini pada kenyataannya memang ada orang yang mempunyai kemampuan yang besar dan dalam waktu yang lama, sebaliknya ada orang yang hanya mempunyai kemampuan yang kecil.

Dalam hal ini ada yang berpendapat bahwa kemampuan konsentrasi seseorang diperoleh sejak lahir. Pendapat semacam ini, sebenarnya kurang tepat.

Penelitian ilmiah maupun pengalaman sehari—hari, menunjukkan bahwa kemampuan konsentrasi seseorang ditentukan pula oleh kebiasaan seseorang, yang dapat dilatih. Seseorang kadang—kadang sukar mengadakan konsentrasi menghadapi buku, tetapi biasa mengkonsentrasikan pikirannya dihadapan pion—pion catur. Karena yang pertama tidak dibiasakan sedang yang kedua menjadi kebiasaannya.

Pada dasarnya konsentrasi itu merupakan akibat dari perhatian seseorang terutama ditimbulkan oleh adanya minat. Karenanya minat dan niat mempunyai kedudukan penting dalam tafakkur. Kalau ada niat dan minat kemudian dibiasakan dan diulang-ulang, akan dapatlah berangsur-angsur memperbesar kemampuan untuk mengadakan konsentrasi dalam tafakkur ini.

Apalagi mengingat firman Tuhan bahwa manusia itu menurut fitrahnya ber-Tuhan, beragama, yang seharusnya fitrah yang demikian itu dikembangkan dengan penuh kecondongan, sebagai tersebut pada Surat Arrum ayat 30 yang artinya sbb. :

„Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada Agama, (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah (itulah) Agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui.

- b. Dalam mengadakan tafakkur tadi hendaknya diusahakan untuk mengingat-ingat apa yang telah dicapai oleh manusia dalam menjalankan hidupnya sebagai pengabdian itu. Adapun mengadakan ingatan ini penting sekali. Dengan demikian akan mengetahui kekeliruan apa yang telah diperbuat dan apa kekurangan-kekurangan yang harus disempurnakan di masa mendatang. Sama halnya mengadakan konsentrasi, kemampuan untuk mengingat itu bukan semata-mata bakat seseorang. Pada umumnya dapat dikatakan orang dapat mengingat dengan baik, kalau kesan yang bersangkutan diresapkan dengan benar dan kadang-kadang diperbaharui. Itulah karenanya agama kita mewajibkan kita untuk selalu berusaha mendapatkan dan memperbaharui pengertian kita dengan mengikuti dan mengadakan pengkajian ilmu—ilmu yang telah kita peroleh untuk mengingatkan kembali tentang tugas kita maupun apa yang harus selalu kita amalkan.

Mengadakan ingatan, untuk menjalankan tugas hidup manusia, mengandung kemanfaatan—kemanfaatan sbb :

- a. Ingatan akan dapat membawa kontinuitas pengertian kita. Orang yang mudah melupakan sesuatu rencana, suatu tugas suatu tujuan yang baik suatu ikrar hatinya, tak bisa mudah menyelesaikan tugas—tugasnya.
- b. Pengetahuan kita hal—hal yang kita ingat, memungkinkan mudah mengadakan pemecahan persoalan hidup, karena kita ingat cara—cara mana yang dahulu telah dirasa baik dan berhasil, untuk selanjutnya bisa kita terapkan untuk hal yang sejenis, selanjutnya dengan kita hubungkan masalah yang kita ingat itu dengan masalah yang baru sehingga kita bisa memecahkan masalah—masalah yang baru.
- c. Ingatan bisa membawa kita menginsafi siapa kita ini dan dimana kedudukan kita dalam dunia ini. Tugas hidup tidak hanya terdiri dari persoalan—persoalan praktis tetapi manusia juga mempunyai kebutuhan mencari makna dari hidupnya sebagai pribadi.

Sejarah hidup pribadi seseorang sangat erat hubungannya dengan sejarah hidup banyak orang lain dan dengan sejarah umat manusia pada umumnya.

Manusia itu hidup dari masa lampau untuk menuju kemasa depan. Ingatan menolong dia bagaimana menemukan sikap terhadap Tuhan, sesama manusia dan terhadap dirinya sendiri.

Al—Qur'an mengajarkan kita untuk belajar sejarah masa lampau agar kita menjadi orang yang bijaksana. Bisa kita ikuti ayat—ayat dibawah :



1. Surat Hasyar Ayat 2 yang artinya :

"Maka ambillah (kejadian) itu untuk menjadi pelajaran, hai orang-orang yang mempunyai pandangan".

2. Surat Al A'raf ayat 86, yang artinya :

"Dan perhatikanlah bagaimana kesudahannya orang-orang yang berbuat kerusakan".

3. Surat Al A'raf ayat 84, yang artinya :

"Maka perhatikanlah bagaimana kesudahan orang-orang yang berdosa"

Selanjutnya marilah kita teruskan pembicaraan kita mengenal tafakkur ini. Bagaiman jalan yang ditempuh oleh orang yang bertafakkur untuk bisa mencapai sasaran yang kita tuju.

Perlu diingat bahwa sasaran tafakkur hanyalah makhluk Tuhan jangan sampai kita memikirkan—angan—angan tentang Dzat Tuhan.

Sabda Nabi ; yang artinya :

"Fikirlanlah terhadap makhluk Tuhan dan jangan berfikir tentang Dzat Allah".

Mengenal jalan—jalan yang dilampaui orang yang mengadakan tafakkur, oleh Jamaluddin Al Qasimi, dikemukakan 4 tahap :

1. Agar manusia meneliti dirinya khususnya anggota 7 (tangan, kaki, mata, telinga, hidung dan lesannya, terakhir alat vitalnya), apakah dalam saat itu masih dalam kondisi yang selamat atau telah disalah gunakan.

Kalau telah disalah gunakan, maka segera banting setir untuk mengfungsikan anggota badannya itu pada proporsi yang sebenarnya dengan disertai penuh penyesalan, ia berfikir bagaimana usahanya untuk tidak berbuat lagi.

2. Berfikir bagaimana agar dirinya bisa selalu menta'ati perintah2 wajibnya, disamping itu agar mengerjakan pula yang sifatnya anjuran, hal-hal yang disunatkan. Karena pekerjaan yang sunnat bisa membantu menutup kekurangannya dalam soal—soal yang wajib. Kemudian ia berfikir bagaimana agar dengan anggotanya tadi berbuat baik lebih banyak, karena dengan perbuatan baiknya tadi ia bisa menutup perbuatannya yang tidak baik. Firman Tuhan Surat Hud ayat 115, yang artinya :

"Sesungguhnya kebajikan itu bisa menghilangkan kejelekan, yang demikian, merupakan peringatan bagi mereka yang ingat akan Allah".

3. Melampaui berfikir, bagaimana cara untuk mengamankan amal dan perbuatannya dari kekusutan dan kemerosotan, dengan berusaha menjauhi dan memelihara dari sifat yang muhlikat (merusak), yang itu semua dasarnya pada hati, seperti sifat dengki, iri hati, sifat takabbur, sifat kikir dan bakhil dsb. yang itu semuanya akan menyesatkan dan menghilangkan pahala dan kebajikan yang telah kita miliki. Sifat kikir akan memudahkan menuju perbuatan yang kurang baik, sebaliknya suka memberi dan taqwa akan membawa kemudahan untuk berbuat baik.

Surat Alail ayat 5 — 7, yang artinya :

"Barang siapa yang suka memberi dan membenarkan kebaikan akan kami gampangkan untuk mendapat kemudahan (pada kebajikan)."

4. Melampaui taraf yang keempat ialah dengan mencita-citakan untuk bisa memiliki dan selalu berhiyas dengan sifat—sifat munjiyat (penyelamat amal), seperti :

Selalu taubat, menyesal atas perbuatannya yang kurang pantas, sabar, syukur terhadap ni'mat Tuhan baik yang langsung diterima maupun dengan perantara orang lain, mempunyai hati optimis, raja' dan khauf, tidak putus asa, ikhlas berbuat dsb.

Akhlakul karimah itulah yang akan bisa mengangkat derajat iman kita.

Sabda Nabi yang artinya :

"Sesempurna kaum mu'minin iman mereka adalah yang baik akhlaqnya."

Kemudian marilah kita hubungkan masalah tafakkur ini dengan puasa Ramadhan.

Menurut keterangan Dr. A. Ramall, orang yang perutnya penuh makanan, sari makanan yang ada pada usus, dicerap untuk disampaikan pada badan kita.

Penyerapan dan penghirupan sari makanan kedalam dinding usus itu menghendaki akan berjuta-juta jalinan pembuluh darah dan pembuluh limpha (getah bening) yang semuanya terjalin dalam dinding usus itu.

Pembuluh—pembuluh tersebut penuhlah berisi darah—darah dan getah bening sewaktu pencernaan makanan bekerja. Darah yang dibutuhkan itu misalnya dari otak kecil atau berasal dari otak—otak kerangka. Sudah tentu otak tersebut diwaktu lambung dan usus melakukan pencernaan makanan kekurangan darah. Oleh karena itu tak dapatlah ia mengerjakan faalnya sebagaimana mestinya. Itulah sebabnya kita susah berfikir waktu perut penuh berisi makanan, hal mana telah diketahui umum semenjak dunia berkembang.

Sebagai bukti di kemukakan sebuah peribahasa Latin yang artinya : Orang yang perutnya penuh berisi makanan sukar belajar.

Sebaliknya diluar waktu pencernaan makanan, semua daerah yang tidak lagi dibutuhkan oleh alat—alat pencernaan dapatlah mengalir kembali kedalam alat—alat tubuh yang lain misalnya kedalam otak. Maka otak itu dapatlah kiranya berisi sepenuhnya dengan darah sehingga mudahlah ia menjalankan kewajibannya untuk berfikir dan belajar.

Apabila kita berpuasa diwaktu siang maka pada masa itu seluruh pencernaan alat makanan beristirahatlah dan oleh karena itu tidaklah ia membutuhkan darah yang berlebihan. Dan darah yang tidak diperlukan itu mengalirlah kejurusan alat—alat tubuh yang lain yang sangat memerlukan darah yang lebih dari pada biasa lantaran pekerjaannya. Dalam bulan Ramadhan (puasa) setiap orang Muslimin diharapkan beri'tikaf didalam Masjid pada waktu puasa.

Guna I'tikaf ialah untuk bertafakkur dan juga untuk memperdalam ilmu pengetahuan dalam Agamanya dengan jalan membaca Al—Qur'an dengan tafsirnya.

Berfikir maupun bertafakkur hanya dapat dilakukan apabila otak dapat bekerja dengan semestinya.

Seorang yang selalu berfikir, menggunakan akal fikiran untuk mendapatkan hakekat disebut seorang intelek. Intellek artinya otak atau fikir.



Fikiran yang benar ialah fikiran yang ditingkatkan kearah budhi dan terus menuju kepada Tuhan.

Berfikir demikian adalah berfikir kealam abstrak. Hanya fikiran yang kuatlah yang bisa mengadakan abstraksi, dan akhirnya ia berkeyakinan bahwa diatas segala yang ada ini, ada kekuasaan yang tertinggi yakni Tuhan Yang Maha Esa.

Kekuasaan untuk dapat mengadakan abstraksi, merupakan satu-satunya sifat bagi tiap-tiap Intellek, yang mencari pokok-pokok tiap keadaan yang sama dan dengan demikian Intellek itu memperoleh suatu kesatuan yang lebih tinggi derajatnya, untuk akhirnya menghasilkan suatu abstraksi yang terakhir yang mengenai kesatuan yang tertinggi, yang meliputi seluruh keadaan.

Seorang intelektual tidak semata-mata mempergunakan ilmu-ilmu yang diperoleh dari didikan akademis-nya, akan tetapi ia harus dapat juga mempergunakan abstraksi yang diperolehnya itu, dengan mengadakan asosiasi-asosiasi antara apa yang diperolehnya, ilmu pengetahuan dengan angan-angan (Ide-Ide), yang berasal dari alam angan-angan dan masuk kedalam otak melalui panca-indra batin.

Seorang Intellek yang sejati banyak ber-abstraksi, mereka : yang banyak ber-abstraksi akan dapat melihat jauh kedepan serta dapat meraba dan memperhitungkan apa yang akan datang.

Itulah sebagian rahasia tafakkur yang dianjurkan oleh Agama dalam bulan Ramadhan.

#### B u k u   b a c a a n

1. \_\_\_\_\_, Al Qur anul Kariem.
2. Al Qasimi, Mauridhatul Mukminien.
3. An Nawawi, Al Jamiush Shaghier.
4. A. Rahman, Asjmun, Kepribadian Ilmuwan.
5. As Suyuthi, Riyadlul Shalihien.
6. Ash Shiddiqy, Hasbi, T.M., Kuliyah Ibadah.
7. Parijana, Manusia dan atoomnya dalam keadaan sehat dan sakit.
8. Poedjawijata, Tahu dan Pengetahuan.
9. Ramali, Ahmad, Puasa dan kesehatan.
10. Verbeek, Sy. H. Th. Ilmu Jiwa Umum — INGATAN